Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan
http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JIK

Vol.15 No.1 Mei 2021: Hal. 37-41
p-ISSN: 1907-459X e-ISSN: 2527-7170

Original Article

Efektifitas Kombinasi Teknik *Counter Pressure* dan *Pelvic Rocking* Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di Puskesmas Kayamanya

The Effectiveness of the Combination of Counter Pressure and Pelvic Rocking Techniques on the Decrease in Stage I Pain in the Active Phase of Normal Childbirth at Kayamanya Puskesmas

Fransisca Noya*, Nilda Yulita Siregar
Poltekkes Kemenkes Palu
(*fransiscanoya@yahoo.co.id)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektifitas kombinasi teknik counter pressure dan pelvic rocking terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif persalinan di Puskesmas Kayamanya. Rancangan penelitian yang pakai yaitu studi Quasi Eksperimental, dengan rancangan pretest-posttest control group design. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah non probability sampling berupa teknik consecutive sampling. Data diolah dan dianalisis dengan menggunakan distribusi frekuensi dengan ukuran persentase dan uji t – dependent. Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok intervensi, sebelum diberikan perlakuan kombinasi teknik counter pressure dan pelvic rocking rerata sebesar 6,3 dan setelah intervensi 1,73. Kombinasi tehnik Counter-pressure dan pelvic rocking memberikan hasil selisih rerata 4,6 yang artinya lebih besar dibandingkan dengan nilai rerata teknik counter pressure yaitu 2,3. Hasil uji statistik menggunakan uji t-dependent menunjukkan terdapat perbedaan bermakna sebelum dan setelah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai p < 0,05. Kombinasi teknik counter pressure dan pelvic rocking lebih baik dalam penurunan nyeri kala I fase aktif persalinan normal dibandingkan teknik counter pressure.

Kata kunci: Fase Aktif, Kala I, Persalinan Normal, Kombinasi Teknik Counter Pressure dan Pelvic Rocking

ABSTRACT

This study aims to analyze the effectiveness of a combination of counter pressure and pelvic rocking techniques in reducing pain during the first stage of labor at Kayamanya Puskesmas. The research design used was a Quasi Experimental study, with a pretest-posttest control group design. Sampling in this study is a non-probability sampling in the form of consecutive sampling technique. The data were processed and analyzed using a frequency distribution with a percentage measure and a t-dependent test. The results showed that in the intervention group, before being given the combination treatment of counter pressure and pelvic rocking techniques the mean was 6.3 and after the intervention was 1.73. The combination of counter-pressure and pelvic rocking techniques gives a mean difference of 4.6, which means that it is greater than the average value of the counter pressure technique, which is 2.3. The results of statistical tests using the t-dependent test showed that there were significant differences before and after treatment in the intervention group and the control group with p value <0.05. The combination of counter pressure and pelvic rocking techniques is better in reducing pain during the active phase of normal labor than the counter pressure technique.

Key words: Active Phase, Stage I, Normal Delivery, Combination of Counter Pressure and Pelvic Rocking Techniques

https://doi.org/10.33860/jik.v15i1.380

PENDAHULUAN

Nyeri dalam dalam proses persalinan adalah hal yang alamiah. Masalah yang dapat terjadi bila nyeri tidak teratasi akan menyebabkan masalah yaitu dapat meningkatkan kecemasan saat proses persalinan akibatnya terjadi peningkatan hormon adrenalin yang menyebabkan vasokonstriksi sehingga terjadi penurunan aliran darah dari ibu ke janin. Apabila ibu tidak dapat berdadaptasi dengan nyeri tersebut maka akan berdampak pada kesejahteraan janin karena kala I memanjang[1,2] .

Nyeri persalinan terjadi pada fase laten dan aktif. Di Amerika Serikat, sekitar tujuh puluh persen sampai delapan puluh persen ibu dalam proses persalinan mengharapkan tidak merasakan nyeri, sedangkan negara Brazil mencapai lebih lima puluh persen[.1].

Salah satu faktor yang membuat ibu bersalin merasakan persalinan adalah proses yang menakutkan dan menyakitkan. Keadaan ini menyebabkan beberapa ibu menjadi frustasi dan putus asa, serta khawatir tidak dapat melewati proses persalinan dengan baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 67% ibu merasa sedikit cemas, 12% merasa sangat cemas dan 23% sama sekali tidak cemas tentang nyeri persalinan[3].

Hal terpenting adalah bagaimana menghilangkan nyeri persalinan tersebut. Yang perlu dipikirkan adalah bagaimana upaya untuk menyesuaikan dengan nyeri tersebut. Hal ini sejalan dengan salah satu program Kementerian Kesehatan (Kemenkes) yang dilaksanakan yaitu program *Making Pegnancy Saver* (MPS) termasuk asuhan sayang ibu[345]

Nyeri persalinan dapat berdampak pada psikologis ibu bersalin jika tidak diatasi dengan baik. Para ahli obstetrik dan profesi terkait berupaya untuk penurunan nyeri persalinan baik secara alami maupun dengan penggunaan obat - obatan. Salah satu intervensi farmakologis untuk menghilangkan nyeri persalinan tersebut adalah teknik analgesik epidural dan spinal. Akan tetapi pemberian analgesik epidural ini berisiko meningkatkan persalinan instrumental dan operasi sesar. Oleh karena itu, analgesik epidural untuk nyeri persalinan hanya dilakukan dalam keadaan darurat. Intervensi non farmakologis dapat menjadi alternatif yang aman dan efektif serta dapat diterapkan dalam mengatasi nyeri persalinan. Ada beberapa jenis metode non farmakologis yang dapat dipakai untuk mengatasi nyeri persalinan, diantaranya dengan melakukan pijatan.[678].

Penelitian di negara Iran, pijatan yang diberikan pada kala I fase aktif dapat melancarkan proses persalinan. Masase dapat mempercepat proses persalinan karena menurunkan nyeri dan kecemasan ibu[910 11].

Salah satu teknik pemijatan yang dapat dilakukan dalam persalinan adalah *counter pressure* [12]. Hasil penelitian Pasongli, Rantung dan Pesak (2014), *Massage Counter pressure* pada persalinan kala I dapat menurunkan intensitas nyeri [13]. Selain teknik *Counter pressure*, dapat juga menggunakan teknik *pelvic rocking* dalam menurunkan nyeri persalinan. Hasil Penelitian Sih Rini Handajani (2013) menunjukkan nyeri persalinan dapat diatasi dengan teknik *pelvic rocking* [14]. Jumlah persalinan di Puskesmas Kayamanya pada tahun 2018 sebanyak 371 ibu, persalinan normal sejumlah 267 ibu dan SC sebanyak 104 ibu.[15]

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis efektifitas kombinasi teknik *counter pressure* dan *pelvic rocking* terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif persalinan normal di Puskesmas Kayamanya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dipakai adalah studi *Quasi Eksperimental*, dengan rancangan *pretest-posttest control group design*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin Kala I fase aktif September – November 2019 di Puskesmas Kayamanya. Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang menjalani persalinan Kala I fase aktif Mei – October 2019 di Puskesmas Kayamanya sebanyak 30 ibu.

Terdapat 2 kelompok penelitian yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Selanjutnya menilai skala nyeri ibu pada kedua kelompk menurut Bourbanis. Pada saat awal his, peneliti melakukan teknik *Counter pressure* selama 7 menit dan meminta ibu melakukan teknik *pelvic rocking* secara bergantian pada kelompok intervensi. Pada kelompok kontrol dilakukan teknik *Counter pressure* dan berhenti dilakukan ketika kontraksi hilang. Skala nyeri ibu pada kedua kelompok. Pengukuran skala nyeri dilaksanakan hanya pada 1 kali perlakuan kombinasi teknik *counter pressure* dan *pelvic rocking*. Selanjutnya data dianalisis dan menyajikan dalam bentuk tabel dan grafik.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan distribusi responden menurut usia pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mayoritas berusia < 20 – 35 tahun sebanyak 14 (93,3%) responden. Distribusi responden berdasarkan pendidikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mayoritas pendidikan tinggi sebanyak 14 (93,3%) responden. Distribusi responden berdasarkan paritas pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mayoritas multipara sejumlah 11 ibu (73,3%). Berdasarkan tabel 1 di atas tampak karakteristik yang meliputi umur, pendidikan, dan paritas pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang bermakna dengan nilai p > 0,05 sehingga dapat diperbandingkan.

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi mengalami penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif sebanyak 15 responden (100%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 13 responden (86,7%). Kemudian pada tabel 3 menunjukkan bahwa kelompok intervensi sebelum diberikan perlakuan responden yang memiliki skala nyeri ringan (0%), skala nyeri sedang sebanyak 11 responden (73,3%) dan skala nyeri berat terkontrol sebanyak 4 responden (26,7%), setelah perlakuan 15 responden (100%) memiliki skala nyeri ringan. Pada kelompok kontrol sebelum perlakuan skala nyeri ringan tidak ada (0%), skala nyeri sedang 11 responden (73,3%) dan skala nyeri berat terkontrol sebanyak 4 responden (26,7%). Setelah perlakuan, nyeri ringan 9 responden (60,0%), nyeri sedang 4 responden (26,7%) dan nyeri berat tidak terkontrol sebanyak 2 responden (13,3%).

Tabel 4 terlihat kombinasi tehnik Counter-pressure dan pelvic rocking memberikan hasil selisih rerata 4,6 lebih tinggi daripada nilai rerata teknik counter pressure yaitu 2,3. Terdapat perbedaan bermakna pre dan post perlakuan pada kedua kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa kombinasi teknik *counter pressure* dan *pelvic rocking* lebih bermakna dalam penurunan nyeri kala 1 fase aktif dibandingkan teknik *counter pressure* saja.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	**Kelompok**	
	Intervensi (n = 15)	**Kontrol (n=15)**
Umur		
< 20 – 35 tahun	14 (93,3%)	14 (93,3%)
>35 Tahun	1 (6,7%)	1 (6,7%)
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	1 (6,7%)	1 (6,7%)
Pendidikan Tinggi	14 (93,3%)	14 (93,3%)
Paritas		
Primipara	4(26,7%)	4(26,7%)
Multipara	11(73,3%)	11(73,3%)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Penurunan Nyeri Persalinan	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total	
	n	%	n	%	N	%
Ya	15	100	13	86,7	28	93,3
Tidak	0	0	2	13,3	2	6,7
Jumlah	15	100	15	100	30	100

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Penilaian Skala Nyeri sebelum dan Sesudah Perlakuan pada kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Skala Nyeri	Kelompok Intervensi (n=15)				Kelompok Kontrol (n=15)			
	Pre		Post		Pre		Post	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Nyeri Ringan (1-3)	0	0	15	100	0	0	9	60,0
Nyeri Sedang(4-6)	11	73,3	0	0	11	73,3	4	26,7
Nyeri Berat terkontrol(7-9)	4	26,7	0	0	4	26,7	2	13,3

Jumlah	15	100	15	100	15	100	15	100

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan kelompok yang diberikan perlakuan kombinasi teknik *counter pressure* dan *pelvic rocking* menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif sebanyak 15 responden (100%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 13 responden (86,7%). Pada kelompok intervensi sebelum diberikan perlakuan responden terbanyak memiliki skala nyeri sedang 11 responden (73,3%). Setelah perlakuan 15 responden (100%) memiliki skala nyeri ringan. Pada kelompok kontrol sebelum perlakuan terbanyak memiliki skala nyeri sedang 11 responden (73,3%) dan setelah perlakuan, terbanyak dengan nyeri ringan 9 responden (60,0%) dan 2 responden tetap memiliki skala nyeri berat terkontrol . Dua responden tersebut adalah primipara. Hal ini sejalan dengan teori yaitu ibu yang pertama kali melahirkan akan merasakan nyeri lebih hebat dibandingan wanita yang sudah beberapa kali bersalin.

Berdasarkan hasil penelitian kombinasi teknik *counter pressure* dan *pelvic rocking* lebih efektif dalam menurunkan nyeri kala I fase aktif persalinan normal, ditunjukkan dari selisih rerata kelompok intervensi 4,6 yang artinya lebih besar dibandingkan dengan nilai rerata kelompok kontrol yaitu 2,3.

Sejalan dengan penelitian di Kanada menyebutkan bahwa massase terapi yang dilakukan pada kala I fase aktif pada ibu bersalin normal dapat mengurangi nyeri dan stres saat persalinan dan dapat mempercepat proses persalinan. [91011]. Sejalan dengan penelitian Pasongli, Rantung dan Pesak (2014), *Massage Counter pressure* efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I.[13].

Penyebab nyeri pada ibu bersalin adalah kelelahan dan kecemasan ibu. Hal ini berdampak pada merenggangnya SBR dan miometrium sehingga terhalangnya reaksasi dari tubuh ibu.[16]

Teknik counter pressure yaitu melakukan tekanan pada daerah sumber nyeri pinggang pada persalinan sehingga pesan nyeri tidak dapat disampaikan karena gerbang nyeri tertutup. Keadaan ini dapat melancarkan peredaran darah sehingga ketegangan otot berkurang, ibu lebih rileks dan tidak cemas yang pada akhirnya dapat menurunkan nyeri dan melancarkan proses persalinan.[17]

Pelvic Rocking yaitu merupakan suatu latihan dan mempunyai banyak manfaat.. *Pelvic Rocking* dapat menguatkan otot – otot perut dan pinggang karena melancarkan pembuluh darah uterus serta tekanan pada uretra berkurang. Teknik *Pelvic Rocking* yaitu membuat gerakan sementara janin ke depan pinggang ibu. Hasil penelitian menunjukkan skala nyeri pada pinggang ibu saat persalinan dapat diturunkan dengan Pelvic rocking exercise. [14]. Kombinasi teknik counter pressure dan pelvic rocking bermanfaat bagi ibu bersalin dalam menurunkan nyeri persalinan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, kombinasi teknik *counter pressure* dan *pelvic rocking* lebih bermakna dalam penurunan nyeri kala I fase aktif persalinan normal dibandingkan teknik *counter pressure*. Bagi bidan diharapkan dapat mengikuti pelatihan teknik *counter pressure* dan *pelvic rocking*, sehingga nyeri kala I fase aktif persalinan normal dapat diatasi serta memberikan pengalaman persalinan yang baik bagi ibu.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nasriyah AZN. Kombinasi metode Acount untuk penurunan nyeri persalinan. The 2nd University Research Coloquium. 2015;114–8.
2. Rilyani, Arianti L, Wiagi. Pengaruh Counter Pressure Terhadap Skala Nyeri Persalinan Di Rumah Sakit Daerah May. Jend. Hm. Ryacudu Kotabumi Lampung Utara Tahun 2017. The Journal of Holistic Healthcare. 2017;11(4):257–64.
3. Aryani Y, Evareny L. Pengaruh Masase pada Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Laten Persalinan Normal Melalui Peningkatan Kadar Endorfin. Jurnal Kesehatan Andalas. 2015;4(1):70–7.
4. Bobak IM, Lowdermilk DL, Jensen MG PS. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Edisi ke-4. Jakarta: EGC; 2004.
5. R OD, Megasari M, Lusiana N, Hang S, Pekanbaru T, Komunitas JK. Efektivitas Pijat dalam Mengurangi Nyeri pada Kala I Persalinan The Effectiveness of massage in Reducing Pain in Phase I of childbirth. Jurnal Kesehatan Komunitas. 2015;2(5):274–7.
6. Endarti. Pengaruh Massage Counter-Pressure terhadap Adaptasi Nyeri Persalinan Kala 1 dan Kecepatan Pembukaan Pada Ibu Bersalin. Jurnal Ilmiah Kesehatan. 2016;8(September):7–13.

7. Pratiwi D, Wagiyo, Nurullita U. Perbedaan Efektifitas Tehnik Counter-Pressure dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di RSUD Sunan Kalijaga Demak Deasyana. Karya Ilmiah. 2015;0(0).
8. Danuatmaja, Benny & Meliliasari M. Persalinan Normal tanpa Rasa Sakit. Jakarta: Puspa Swaka; 2008.
9. Janssen P, Shroff F, Jaspar P. Massage Therapy and Labor Outcomes : a Randomized Controlled Trial. International Journal of Therapeutic Massage and Bodywork. 2012;5(4)(7):15–20.
10. Hosseini E, Asadi N, Zareei F. Effect of Massage Therapy on Labor Progress and Plasma Levels of Cortisol in the Active Stage of First Labor. Zahedan J Res Med Sci. 2013;15(9):35–8.
11. Rokade PB. Release of Endomorphin Hormone and Its Effects on Our Body and Moods : A Review. International conference on Chemical, Biological and Environment Sciences. 2011;431127(215):436–8.
12. Lowdermilk, D.L.,Perry SE& C. Keperawatan Maternitas. Edisi 8. Jakarta: Salemba Medika; 2013.
13. Pasongli S, Rantung M, Pesak E. Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado. Jurnal Ilmiah Bidan. 2014;2(2):92216.
14. Sih Rini Handajani. Pengaruh Pelvic Rocking terhadap pengurangan nyeri pinggang persalinan kala I dan lama waktu persalinan kala II DI RSU PKU Muhammadiyah Delanggu. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan. 2013;volume 2(Nomor 2):129–32.
15. Kayamanya P. Profil Puskesmas Kayamanya. 2017.
16. Yanti. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan. Yogyakarta: Pustaka Rihama; 2009.
17. Satria M. Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Conterpressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di klinik bidan elviana. Menara Ilmu. 2018;XII(5):85–92.